

poniedziałek 27-03-2023

wtorek 28-03-2023

środa 29-03-2023

czwartek 30-03-2023

piątek 31-03-2023

## Zupy

Rosół z makaronem	Ogórkowa	Grochówka wojskowa	Rosół z makaronem	Kapuśniak na wędzonce
Barszcz ukraiński (veg)	Kalaforowa	Pomidorowa z domowym makaronem	Krem z marchewki	Krem z buraka z mleczkiem kokosowym i imbirem

## Mięsa

Panierowany filet z kurczaka	Kotlet schabowy po Szwajcarsku	Filet z kurczaka po parysku	Filet z kurczaka panierowany w migdałach	Kotlet schabowy panierowany z pieczarkami zapieczony serem
Rumsztyk z cebulą karmelizowaną	Filet z kurczaka faszerowany suszonym pomidorem w sosie śmietanowym z bazyliowym pesto	Karczek pieczony w sosie chrzanowym	Cygański kociołek z kielbasą	Filet z kurczaka w sosie kurkowym
Gulasz wieprzowy a'la strogonow	Pieczeń w grzybowym sosie	Gołąbki w sosie pomidorowym	Poędwiczki drobiowe w sosie pieczarkowym z rukolą	Gulasz wieprzowy po węgiersku
Enchilada meksykańska z wieprzowiną	Karkówka pieczona z sosem myśliwskim	Lasagne bolonese z sosem pomidorowym i mozzarellą	Wieprzowina a'la Strogonoff	Kawałki kurczaka w sosie curry z mlekiem kokosowym, cukinią, marchewką i pędami bambusa
Udko kurczaka w glazurze teriyaki	Makaron carbonara	Udło z kurczaka w sosie kolendrowym	Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym	Smażony ryż z kurczakiem warzywami i jajkiem
Kurczak orientalny z warzywami	Kurczak słodko kwaśny z anansem, marchwią, mini kolbą kukurydzy, selerem naciowym	Kurczak z anansem i kolbami kukurydzy	Tajska wieprzowina z grzybami i papryką	Wieprzowina ostrygowa na ostro
Grill	Grill	Grill	Grill	Grill

## Ryby

Miruna w cieście paprykowym	Tilapia panierowana	Tilapia w tempurze	Ryba saute z dipem jalapeno	Miruna w panku
Morszczuk zapiekany z pomidorami i plasterkami cytryny	Fishburger	Morszczuk pieczony w czosnku z dipem ziołowym	Miruna w cieście szpinakowym	Ryba z ziołowym fromage i chipsem z batata

## Vegan

Enchilada po meksykańsku z soczewicą i warzywami (veg)	Tofu orientalne, marchew, grzyby shitake, pędy bambusa, cebula, brokuł	Chilli sin carne z dynia, fasolą czerwoną, czekoladą i chili	Gulasz warzywny z ciecierzycą	Słodko kwaśne tofu z warzywami (vegan)
Gołąbki z pieczarkami (veg)	Warzywa pieczone z ziołami	Leczo warzywne z ciecierzycą (veg)	Curry z tofu i cieciorą (veg)	Wegański kociołek z soczewicą i pieczonymi warzywami



## Vegetarian

Gulasz warzywny z ciecierzycą	Kotleciki z pieczonych warzyw z dipem bazyliowym	Warzywa z ziołami prowansalskimi zapiekane serem (veg)	Serowo ziemniaczana kofta z warzywami w sosie pomidorowym curry (veg)	Quesadilla z warzywami (veg)
Kotleciki z soczewicy (veg)	Buritto z soczewicą (veg)	Kotlet z czerwonej fasoli, ciecierzycy i marchewki z sosem pomidorowo paprykowym (veg)	Kotleciki kukurydziane z jalapeno (veg)	Makaron alla Norma (veg) (pomidory, bakłażan)
Aromatyczne thai curry z kalafiozem (veg)	Batat z brukselką na ostro (veg)	Ciecierzycą po bretońsku z papryką (veg)	Grilowana tortilla z chrupiącymi warzywami i serem typu feta	Kotlety z ciecierzycy z jarmurzem i jalapeno
Żółty ryż smażony z warzywami	Makaron orientalny z warzywami (veg)	Orientalny naleśnik w panku z chrupiącymi warzywami	Ryż smażony na woku (veg)	Pad thai z wędzonym tofu (veg)
Banan w cieście	Placuszki serowe z rodzynkami i orzechami	Placuszki marchewkowe (veg)	Racuchy serowe z jabłkiem i cynamonem	Racuchy z cynamonem

## Warzywa

Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak
Pieczarki w śmietanie	Pieczarki w śmietanie	Pieczarki w sosie teriyaki	Buraczki zasmażane	Pieczarki capucino
Kapusta biała zasmażana z boczkiem	Buraczki na ciepło	Kapusta zasmażana	Pieczarki w sosie serowym	Kapusta modra
Brokuł i kalafior z słonecznikiem	Brokuł i kalafior z słonecznikiem	Brukselka	Brokuły ze słonecznikiem	Bukiet warzyw z bułką tartą i słonecznikiem
Bukiet warzyw	Bukiet warzyw	Kalafior z brokulem i prażoną dynią	Kalafior z bułką tartą	Duet marchewkowy z bułką tartą i siemieniem lnianym
Marchewka z sezamem	Fasolka żółta z bułką tartą	Mieszanka warzyw na parze	Duet marchewkowy z siemieniem lnianym	Fasolka żółta z bułką tartą

## Pierogi

Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie
Pierogi z serem na słodko	Pierogi po zbojnicku	Pierogi ze szpinakiem	Pierogi z kapustą i pieczarkami	Pyzy z mięsem

## Dodatki

Kopytka	Kopytka szpinakowe	Kopytka	Kluski śląskie	Kluski śląskie
Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym	Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym	Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym	Ziemniaki puree z cebulą	Ziemniaki puree
Ziemniaki pieczone z rozmarynem	Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem	Ziemniaki smażone z warzywami	Ziemniaki pieczone	Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem
Ryż	Ryż	Ryż	Ryż	Ryż
Kasza gryczana	Kasza pęczak z warzywami	Kasza pęczak z warzywami	Kasza gryczana	Kasza pęczak w sosie pomidorowym z pietruszką
Kasza pęczak z warzywami	Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą	Kasza gryczana	Kasza pęczak z warzywami	Kasza bulgur po turecku

## Surówki

Coleslaw z białej kapusty	Surówka z kapusty pekińskiej, kalarepy, czerwonej cebuli i papryki	Surówka koperkowa	Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki	Surówka z kapusty pekińskiej z jarmużem, zielonym ogórkiem i szczypiorkiem
Surówka z marchwi z chrzanem i rodzynkami w śmietanie	Surówka z czerwonej kapusty z ogórkiem, koperkiem i cebulą	Surówka z pora i marchewki z jabłkiem w śmietanie	Salatka szwedzka	Surówka z kapusty, kiszzonego ogórka, czerwonej cebuli, pomidora i koperku
Surówka z marchewki z żurawiną	Surówka z pora i groszku	Surówka z buraczków czerwonych z jogurtem	Surówka z marchewki z jabłkiem	Surówka z marchewki z brzoskwinia i jabłkiem
Surówka z czerwonej kapusty z cebulą i majonezem	Surówka z dyni z jabłkiem na słodko	Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą	Surówka z czerwonej kapusty z ogórkiem, koperkiem i cebulą	Surówka z buraków i ogórków
Surówka z selera	Surówka z buraków i ogórków	Coleslaw z białej kapusty	Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki
Salatka Kimchi	Salatka Kimchi	Salatka Kimchi	Salatka Kimchi	Salatka Kimchi
Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	Ogórek kiszony

## Sałatki

Salatka makaronowa	Salatka rodos	Salatka z kaszą bulgur, cieciorą, jarmużem, papryką, i kukurydzą	Salatka grecka ucza (Pomidor, papryka, ogórek, czerwona cebula, ser typu feta)	Salatka z brokuła, rzodkiewki i kukurydzy z sosem jogurtowym
Salatka gyros	Salatka z kuskusem pomidorami malinowymi i miętą	Salatka z ciecierzycy z suszonymi pomidorami	Salatka śledziowa	Salatka z kaszą kus kus i ciecierzycą
Salatka z burakiem (rukola, burak, ogórek, cebula czerwona, zielone winogrona)	Salatka z makaronem ryżowym i kurczakiem po tajsku z orzeszkami ziemnymi	Salatka z paluszkami krabowymi	Salatka ryżowa z ogórkiem	Salatka z pieczoną dynią, szpinakiem, gorgonzolą i prażonymi pestkami dyni
Salatka z tuńczykiem	Salatka z rucolą, granatem, pomidorkami cherry i serem typu feta	Salatka jesienna z papryką konserwową i wieprzowiną	Salatka cesar (kurczak, jajko, grzanki)	Jesienna sałatka z jarmużem, kurczakiem, żurawiną i prażonymi pestkami słonecznika

wtorek, 28 marzec 2023	środa, 29 marzec 2023	czwartek, 30 marzec 2023	piątek, 31 marzec 2023	
<b>Zupy:</b>	<b>Zupy:</b>	<b>Zupy:</b>	<b>Zupy:</b>	
Ogórkowa	Grochówka wojskowa	Rosół z makaronem	Kapuśniak na wędzonce	5,00 zł (z zestawem)
Kalafiorowa VEG	Pomidorowa z domowym makaronem	Krem z marchewki VEG	Krem z buraka z mleczkiem kokosowym i imbirem	7,95 zł (bez zestawu)
<b>Hit tygodnia</b>	<b>Hit tygodnia</b>	<b>Hit tygodnia</b>	<b>Hit tygodnia</b>	
Kotlet schabowy tradycyjny, ziemniaki puree, kapusta zasmażana	Kotlet schabowy tradycyjny, ziemniaki puree, kapusta zasmażana	Kotlet schabowy tradycyjny, ziemniaki puree, kapusta zasmażana	Kotlet schabowy tradycyjny, ziemniaki puree, kapusta zasmażana	27,00 zł
<b>Danie główne:</b>	<b>Danie główne:</b>	<b>Danie główne:</b>	<b>Danie główne:</b>	
Filet z kurczaka faszerowany suszonym pomidorem w sosie śmietanowym z bazyliowym pesto(zestaw)	Filet z kurczaka po parysku (zestaw)	Filet z kurczaka panierowany w migdałach (zestaw)	Kawałki kurczaka w sosie curry z mlekiem kokosowym, cukinią, marchewką i pędami bambusa (zestaw)	28,00 zł
Karkówka pieczona z sosem myśliwskim (zestaw)	Udko z kurczaka w sosie kolendrowym (zestaw)	Polędwiczki drobiowe w sosie pieczarkowym z rukolą (zestaw)	Filet z kurczaka w sosie kurkowym (zestaw)	27,00 zł
Kurczak słodko kwaśny z anansem, marchwią, mini kolbą kukurydzy, selerem naciowym (zestaw)	Lasagne bolonese z sosem pomidorowym i mozzarellą	Wieprzowina a'lla Strogonoff (zestaw)	Gulasz wieprzowy po węgiersku (zestaw)	26,00 zł
Tilapia panierowana (zestaw)	Morszczuk pieczony w czosnku z dipem ziołowym (zestaw)	Miruna w cieście szpinakowym (zestaw)	Miruna w panko (zestaw)	29,00 zł
Tofu orientalne,marchew ,grzyby shitake, pędy bambusa,cebula ,brokuł (zestaw) VEG	Chilli sin carne z dynią, fasolą czerwoną,czekoladą i chili (zestaw) VEG	Gulasz warzywny z ciecierzycą (zestaw) VEG	Wegański kociotek z soczewicą i pieczonymi warzywami (zestaw) VEG	26,00 zł
Kotleciki z pieczonych warzyw z dippem bazyliowym (zestaw) VEG	Orientalny naleśnik w panko z chrupiącymi warzywami (zestaw) VEG	Grilowana tortilla z chrupiącymi warzywami i serem typu feta (zestaw) VEG	Kotlety z ciecierzycy z jarmurzem i jalapenio (zestaw) VEG	26,00 zł
Pierogi ruskie (8 szt.)	Pierogi ruskie (8 szt.)	Pierogi ruskie (8 szt.)	Pierogi ruskie (8 szt.)	22,00 zł
Pierogi po zbójnicku (8 szt.)	Pierogi ze szpinakiem (8 szt.)	Pierogi z kapustą i pieczarkami (8 szt.)	Pierogi z mięsem (8 szt.)	24,00 zł
<b>Dodatki:</b>	<b>Dodatki:</b>	<b>Dodatki:</b>	<b>Dodatki:</b>	
ziemniaki puree / ziemniaki pieczone / ryż / kasza	ziemniaki puree / ziemniaki pieczone / ryż / kasza	ziemniaki puree / ziemniaki pieczone / ryż / kasza	ziemniaki puree / ziemniaki pieczone / ryż / kasza	4,50 zł (bez zestawu)
*** kluski śląskie / kopytka / frytki / placki ziemniaczane	*** kluski śląskie / kopytka / frytki / placki ziemniaczane	*** kluski śląskie / kopytka / frytki / placki ziemniaczane	*** kluski śląskie / kopytka / frytki / placki ziemniaczane	3,00 zł
<b>Surówki:</b>	<b>Surówki:</b>	<b>Surówki:</b>	<b>Surówki:</b>	
biała kapusta z marchewką i kukurydzą / buraczki z cebulką / marchewka tarta z jabłkiem / kimchi	biała kapusta z porem / kapusta kiszona / marchewka po koreańsku / buraczki z cebulą	biała kapusta z marchewką i kukurydzą / buraczki z cebulką / kapusta pekińska z rzodkiewką / czerwona kapusta z jabłkiem	biała kapusta z marchewką i kukurydzą / buraczki z cebulką / marchewka tarta z jabłkiem / kimchi	5,50 zł (bez zestawu)

**Zestaw = danie główne (120-160g) + dodatek (120-150g) + surówka (120-160g)**

**Wszystkie ceny podane są z uwzględnieniem rabatu 15%, z którego korzystają osoby pracujące w Eurocentrum.**